



いぼりの里 5月予定献立表



1 木	五目うどん・あえもの・揚げ物・ヨーグルト	16 金	焼そば・梅いりこあえ・豆腐ハンバーグ・デザート
2 金	ごはん・魚のパン粉焼・トマトソース煮 スパゲティーサラダ・味噌汁	17 土	お休み 
3 土	お休み・憲法記念日 	18 日	お休み 
4 日	お休み・みどりの日 	19 月	ご飯・魚の粕漬焼き・野菜いり玉子・煮付け・味噌汁
5 月	お休み・こどもの日 	20	食パン（ジャム）・ピザ風ハンバーグ・キャベツサラダ 果物・ジュース・ミネストローネ
6 火	お休み・振替休日	21 水	ご飯・中華風煮魚・ビーフン・韓国あえ・中華スープ
7 水	ご飯・照り焼きハンバーグ・山いもあえ・しぐれ煮 味噌汁	22 木	五目きしめん・トマトサラダ・ゼリー ジャーマンポテト
8 木	食パン（ジャム）・コロケ・果物・コーンサラダ ジュース・クラムチャウダー	23 金	ご飯・鶏の磯辺焼き・はんぺい煮・ゆかりあえ・味噌汁
9 金	ごはん・鶏のもろみ焼き・さつまいもとがんもの煮物 土佐酢あえ・とろろ昆布汁	24 土	和風オムレツ・ゴマ酢あえ・スープ煮・白味噌汁
10 土	卵あんかけラーメン・高野サラダ・天ぷら・ヨーグルト	25 日	お休み 
11 日	お休み 	26 月	ご飯・豆腐南蛮・いり玉子・はりはりつけ・味噌汁
12 月	食パン（ジャム）・野菜のトマト煮・マカロニサラダ ジュース・ゼリー・コーンポタージュ	27 火	天津飯・五色和え・杏仁豆腐・スープ
13 火	松茸ごはん・揚げ出し豆腐・ポン酢あえ・白煮・味噌汁	28 水	食パン（ジャム）・ビーフシチュー・ツナサラダ・ 果物・野菜ジュース・スープ
14 水	★ お楽しみ献立 ★ キーマカレー・サラダ・ナゲット・フルーツポンチ・和菓子	29 木	ご飯・鶏のピリ辛焼・田舎煮・梅しそあえ・味噌汁
15 木	ごはん・麻婆豆腐・拌三絲・シューマイ・わかめスープ	30 金	カレーライス・グリーンサラダ・コーヒゼリー スープ
端午の節句＝柏餅・粽＝食べる風習 柏の葉は新芽が伸びるまで下の古い葉は落ちません。その為に縁起 良い葉～子孫繁栄を意味します。 粽の葉は邪気や病気を救う神聖な葉です。茅で包んだ「ちまき」は 清涼感があり、殺菌効果があります。両方共に縁起が良い葉です。		31 土	えびおろしきしめん（冷）・大根サラダ・オープン焼き プリン